CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

MÊS DE REFERÊNCIA | **NOVEMBRO**

FAIXA ETÁRIA | **7 A 11 MESES**

REFEIÇÃO	SEGUNDA 02/11/2026 (FERIADO)	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
CAFÉ DA MANHÃ		Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento
COLAÇÃO		Abacaxi	Laranja pera	Banana prata	Mamão
ALMOÇO		Cubos de filé de frango ensopados Cenoura cozida Beterraba cozida Repolho refogado Arroz simples Feijão simples	Lagarto bovino de panela Batata ensopada Tomate refogado Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Cenoura cozida Repolho refogado Batata ensopada Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela Tomate refogado Beterraba cozida Couve refogada Arroz simples Feijão simples
LANCHE DA TARDE		Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Mamão	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Banana nanica
JANTAR		Cubos de filé de frango ensopados Batata ensopada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Cenoura cozida Repolho refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Cenoura cozida Beterraba cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Batata ensopada Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS					CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	95,60	8,58	176,50	126,66	165,96	**573,29**
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	11,60	2,20	24,49	19,85	18,67	**76,83**
PROTEÍNAS (GRAMAS)	2,20	0,15	7,21	2,54	5,39	**17,49**
LIPÍDIOS (GRAMAS)	4,40	0,02	5,47	4,43	3,18	**17,50**
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	114,00	4,29	73,88	122,37	35,07	**349,61**
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	15,00	7,07	11,51	21,77	6,79	**62,14**
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	107,40	2,88	23,37	110,08	13,00	**256,73**
FERRO (MILIGRAMAS)	1,48	0,04	1,16	1,57	0,82	**5,07**

Observações:

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.

Cardápio sujeito a alterações.

GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL — BELO HORIZONTE PREFEITURA

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

MÊS DE REFERÊNCIA: NOVEMBRO

FAIXA ETÁRIA: 7 A 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento
COLAÇÃO	Laranja pera	Manga palmer	Maçã	Manga palmer	Laranja pera
ALMOÇO	Carne moída refogada Tomate refogado Cenoura cozida Inhame ensopado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Abobrinha refogada Batata-doce ensopada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Inhame ensopado Tomate refogado Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Cenoura cozida Abobrinha refogada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Batata-doce ensopada Couve refogada Abobrinha refogada Arroz simples Feijão preto
LANCHE DA TARDE	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Manga palmer	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Banana prata
JANTAR	Carne de panela Cenoura cozida Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Inhame ensopado Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Tomate refogado Batata-doce ensopada Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Inhame ensopado Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	- Sopa de macarrão com filé de frango, cenoura e abobrinha

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS					CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	95,60	8,22	180,93	130,58	147,30	**562,64**
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	11,60	2,15	24,76	21,01	15,23	**74,76**
PROTEÍNAS (GRAMAS)	2,20	0,10	7,00	2,46	4,77	**16,53**
LIPÍDIOS (GRAMAS)	4,40	0,02	5,98	4,42	3,48	**18,31**
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	114,00	0,24	308,88	118,56	53,87	**595,54**
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	15,00	7,23	6,40	24,93	1,26	**54,82**
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	107,40	2,07	22,96	110,01	11,66	**254,09**
FERRO (MILIGRAMAS)	1,48	0,01	1,12	1,56	0,74	**4,91**

Observações:

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.

Cardápio sujeito a alterações.

GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL | BELO HORIZONTE PREFEITURA

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

MÊS DE REFERÊNCIA: NOVEMBRO

FAIXA ETÁRIA: 7 A 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026 (FERIADO)
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	
COLAÇÃO	Maçã	Laranja pera	Abacaxi	Banana nanica	
ALMOÇO	Carne moída refogada Cenoura cozida Angu Couve refogada Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Mandioca ensopada Couve refogada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Cenoura cozida Beterraba cozida Batata ensopada Arroz simples Feijão simples	Lombo de panela Tomate refogado Cenoura cozida Batata ensopada Arroz simples Feijão simples	
LANCHE DA TARDE	Fórmula infantil de seguimento Laranja pera	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Maçã	
JANTAR	- Vaca Atolada com mandioca, tomate e paleta bovina - Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Beterraba cozida Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Tomate refogado Cenoura cozida Macarrão espaguete cozido Feijão simples	- Feijão preto enriquecido com pernil, batata-doce e beterraba - Arroz simples	

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS					CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	95,60	0,00	187,79	122,10	139,32	**544,80**
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	11,60	0,00	27,06	18,68	16,86	**74,21**
PROTEÍNAS (GRAMAS)	2,20	0,00	7,34	2,46	4,67	**16,66**
LIPÍDIOS (GRAMAS)	4,40	0,00	5,55	4,42	2,67	**17,04**
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	114,00	0,00	93,28	115,82	95,58	**418,68**
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	15,00	0,00	14,89	23,44	1,94	**55,27**
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	107,40	0,00	27,01	111,20	12,89	**258,50**
FERRO (MILIGRAMAS)	1,48	0,00	1,20	1,53	0,76	**4,97**

Observações:

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.

Cardápio sujeito a alterações.

GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

MÊS DE REFERÊNCIA | **NOVEMBRO**

FAIXA ETÁRIA | **7 A 11 MESES**

REFEIÇÃO	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento
COLAÇÃO	Laranja pera	Melancia	Laranja pera	Mamão	Laranja pera
ALMOÇO	Carne moída refogada Tomate refogado Cenoura cozida Batata-doce ensopada Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Moranga refogada Couve refogada Chuchu refogado Arroz simples Feijão preto	Carne de panela Batata-doce ensopada Tomate refogado Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Moranga refogada Couve refogada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa ensopadas Batata-doce ensopada Cenoura cozida Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples
LANCHE DA TARDE	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Mamão	Fórmula infantil de seguimento Maçã	Fórmula infantil de seguimento Banana nanica	Fórmula infantil de seguimento Maçã
JANTAR	Carne de panela Moranga refogada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Cenoura cozida Chuchu refogado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados com cenoura Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	- Feijão preto enriquecido com pernil, moranga e batata-doce - Arroz simples	- Sopa de macarrão com lentilha, carne moída, chuchu e cenoura

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS					CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	95,60	3,25	181,84	126,14	138,84	**545,67**
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	11,60	0,80	24,35	19,76	14,18	**70,69**
PROTEÍNAS (GRAMAS)	2,20	0,08	6,93	2,50	4,76	**16,47**
LIPÍDIOS (GRAMAS)	4,40	0,01	6,27	4,42	3,55	**18,65**
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	114,00	2,08	441,12	121,11	99,85	**778,16**
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	15,00	4,24	9,25	20,66	1,64	**50,79**
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	107,40	1,69	25,56	109,74	11,15	**255,55**
FERRO (MILIGRAMAS)	1,48	0,01	1,13	1,56	0,74	**4,93**

Observações:

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.

Cardápio sujeito a alterações.

GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0

CARDÁPIO

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

BELO HORIZONTE PREFEITURA

PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - UNIDADE DE ENSINO INFANTIL

MÊS DE REFERÊNCIA | **NOVEMBRO**

FAIXA ETÁRIA | **7 A 11 MESES**

REFEIÇÃO	SEGUNDA 30/11/2026	TERÇA 01/12/2026	QUARTA 02/12/2026	QUINTA 03/12/2026	SEXTA 04/12/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento	Fórmula infantil de seguimento
COLAÇÃO	Laranja pera	Manga palmer	Abacaxi	Manga tommy	Laranja pera
ALMOÇO	Ovos mexidos Cenoura cozida Batata ensopada Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples Abacaxi	Cubos de filé de frango ensopados Batata ensopada Abobrinha refogada Tomate refogado Arroz simples Feijão simples	Carne moída refogada Angu Cenoura cozida Couve refogada Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Cenoura cozida Tomate refogado Inhame ensopado Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil ensopados Cenoura cozida Tomate refogado Batata ensopada Arroz simples Feijão simples
LANCHE DA TARDE	Fórmula infantil de seguimento Banana prata	Fórmula infantil de seguimento Mamão	Fórmula infantil de seguimento Manga tommy	Fórmula infantil de seguimento Banana nanica	Fórmula infantil de seguimento Mamão
JANTAR	Carne moída refogada Abobrinha refogada Batata ensopada Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos Inhame ensopado Cenoura cozida Arroz simples Feijão simples Laranja pera	- Cubos de pernil ensopados com cenoura e chuchu Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Abobrinha refogada Batata ensopada Macarrão espaguete cozido Feijão simples	Cubos de filé de frango ensopados Cenoura cozida Tomate refogado Arroz simples Feijão simples

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DO CARDÁPIO

INFORMAÇÕES	REFEIÇÕES DIÁRIAS					CONSOLIDADO/DIA
	CAFÉ DA MANHÃ	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	
ENERGIA (KCAL)	95,60	7,35	192,73	127,08	170,41	**593,18**
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	11,60	1,87	27,11	19,77	19,63	**79,98**
PROTEÍNAS (GRAMAS)	2,20	0,13	7,52	2,68	6,00	**18,53**
LIPÍDIOS (GRAMAS)	4,40	0,02	6,03	4,46	4,09	**19,01**
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	114,00	3,19	80,20	137,99	35,72	**371,09**
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	15,00	6,47	14,28	27,22	11,92	**74,88**
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	107,40	2,56	26,18	112,08	19,44	**267,66**
FERRO (MILIGRAMAS)	1,48	0,02	1,33	1,59	1,02	**5,44**

Observações:

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução CD/FNDE Nº 4, 26 de fevereiro de 2026.

Cardápio sujeito a alterações.

GIOVANA RIDOLFI ABURACHID
Nutricionista Responsável
CRN - 11566 / BM - 101343-0